

2022年03月28日 星期一  
责编:伍靖雯  
美编:言李懿  
校对:袁一平

## 新华桥即将“重生” 你知道它的前世今生吗?

株洲晚报融媒体记者/伍靖雯

桥不仅是一座城市的坐标,也承载了城市发展的历史与乡情。

如今,最让株洲人惦记的,大概就是连通东西的新华桥,等待这座桥梁新生,回到大家身边。

城市化进程中,株洲还有不少老桥,每一座都有自己的故事。

### 新华桥建成前 横穿铁轨当“过桥”

作为沟通东西的交通要道,自建成后的56年来,新华桥见证了株洲的发展成就,在市民心中留下深厚的感情积淀。

那么,新华桥建成前,这里是什么光景?

株洲市文史专家仇民主对此印象深刻。他还记得,上世纪50年代末,中心广场往东到新华桥这里,还是一截“断头路”,从市中心往东区(现称为“荷塘区”)方向主要有三个途径,但都不算方便。

一是从公园路进入茨菇塘路,沿途都是砂石路,七弯八拐绕到晏家湾社区附近。

二是走株洲火车站北边的车站巷,从现在的新华桥位置下坡到铁轨边,迅速横穿铁轨再上斜坡回到主路上。当时铁轨东头是株洲车辆段,西边是机务段修火车头的场地,沿途还有一排民房,开着各种生活小店。

三是由市府路进入现在的合泰铁路涵洞,过涵洞从石子头社区到荷塘铺村,一路都是弯弯曲曲、上上下下的砂石便道。

当时,仇民主的父母从事搬运工作,他经常和父母一起去晏家湾附近运红砖,常走的是第二条路。他还记得,铁轨附近就没有闸口,上行、下行火车各有一车道栏杆,有火车通过时放闸关闭,无车时开闸放行。最初开关由人工操作,后改为电动轨道栅栏,电铃声响便是提醒人们,火车要来了。

### 一份提案牵出建桥热望

1965年,新华桥启动建设,桥长110.4米,宽19米,双向4车道。

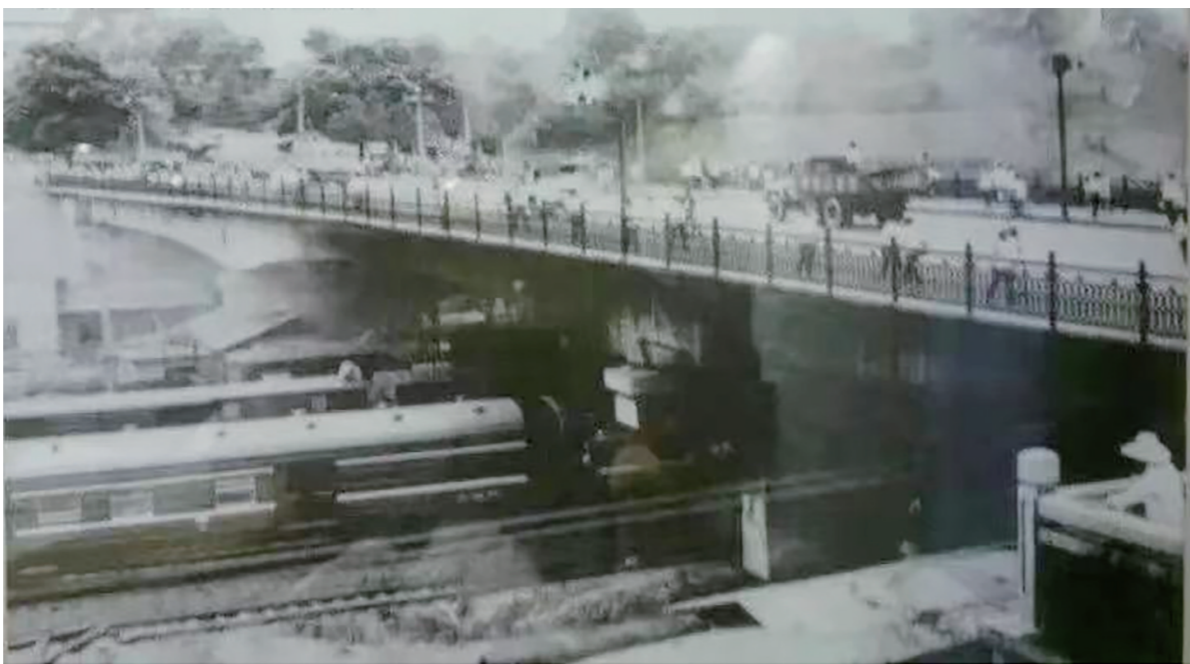
仇民主珍藏的一份1964年的株洲市第四届人民代表大会相关文件,佐证了当时人们对于修桥的热望:由当时的市人大代表、铁路职工吴开兰提交的建议很快形成提案,内容是“要求建设机务段的天桥,以确保来往行人安全”。

仇民主回忆,当时城市建设发展越来越快,东西出行受火车轨道横亘制约,每年都有惊险事故发生。另一方面,601厂、430厂等发展迅速,人员流动、货物运输都有交通需求。

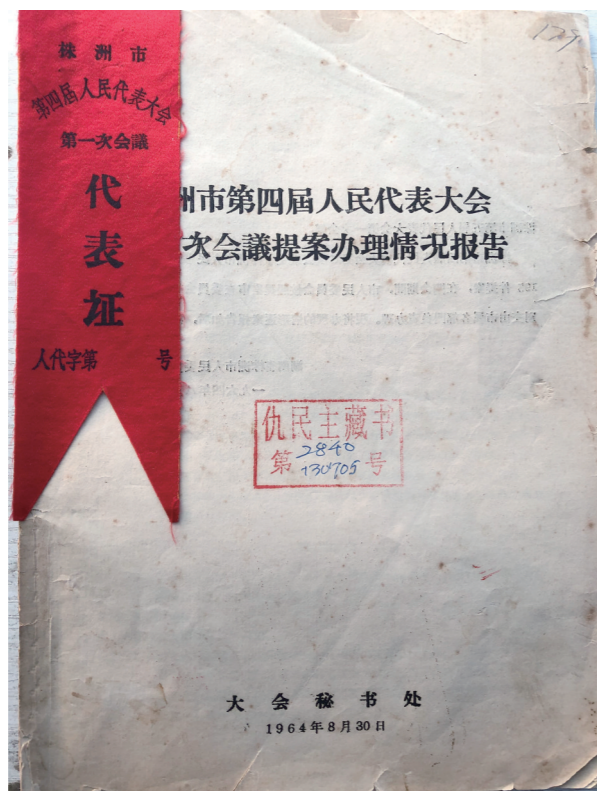
1966年,新华桥建成通车,当时这座桥是市区唯一跨京广铁路线的高标准公路桥,最初被称为“跨线桥”,后来又叫“红卫桥”,直到1982年更名“新华桥”沿用至今。

1993年,我市提出实施“十路四桥”工程。1995年6月,新华桥拓宽工程竣工,在原桥两侧各加宽了5.75米,相当于重新架设了两座铁路桥,达到30.5米宽,双向共计6车道。

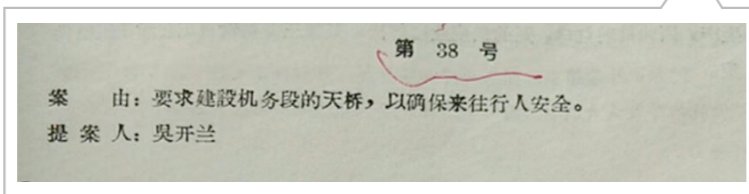
2009年左右,顺应电气化铁路需求,新华桥再度改造,但其长度和宽度没有变化。



▲上世纪70年代的新华桥。受访者供图



▲仇民主收藏的1964年的文件,佐证当时人们对建桥的热望。受访者供图



### 从新建到重建,两代株洲人接力

虽然不临河不跨江,但新华桥在株洲人心中的分量,与后来兴建的株洲大桥等跨江桥梁不分伯仲。或许缘分使然,其新建到重建,暗藏了两代株洲人的深情接力。

“我从小在这里长大,父辈建的桥,我们接手让其新生。”中铁二十五局集团第三工程有限公司的张新利,是新华桥拆除重建工程项目现场施工员之一。这些年与全国各地大大小小的桥梁项目打过无数交道,但为新华桥服务,让他的思绪一下就回到当年,也更期盼新华桥能早日重现风采。

新华桥东西两头的“铁一中”“铁一小”,早已成为历史。不过靠西头的人民中路上仍有数十栋70年代的老房,这是原株洲工务段的职工楼,属于桥头社区。

搬到天元区之前,78岁的曾文武在这里度过数十年的时光,他还记得,那时散步最爱走到新华桥上,猜测一列列火车的目的地,看长长的铁轨延伸至看不到的远方。

老房仍在,新华桥也将于6月归来。曾文武说,等归来时,要去看看那一直在心里的“老朋友”。

### 相关链接

#### 株洲还有哪些老桥?

##### 最“绚丽”的桥——彩虹桥:

位于白石港与湘江交汇处,建成于1996年的彩虹桥,因形似一道彩虹而得名,是连通我市南北道路的要道。

因出现钢筋锈蚀、桥梁梁体渗水等病害情况,2015年10月,彩虹桥被爆破拆除,此后原址新建的桥梁加宽到双向四车道,两侧各有3米宽的人行道,供市民散步观景。

##### 最大跨度单孔桥——红星桥:

红星桥位于炎陵县,1967年3月动工,12月竣工,是当时亚洲最大跨度的单孔桥、亚洲第二高桥,也是湖南省第一座双曲大跨径拱桥。该桥曾是运送战备物资的重要桥梁,扼株洲“南大门”咽喉,S322线从这里绕出株洲,公路通过该线接上106国道线。不过,老红星大桥已封闭“退役”,老桥下游30米处新建的红星大桥“接班”。

##### 最“宽敞”的桥——大石桥:

位于马家河街道的大石桥,建于明代中期,已有400多年历史,桥跨度约为5米。桥面宽阔,放到现代都可容小轿车与摩托车并行,也因此附近及湘潭地区远近闻名。不过,随着城市建设,这座桥梁已变成水泥路桥中的一段。

2022年03月28日 星期一  
责编:何春林  
美编:陈春艳  
校对:曹永亮

## “健康达人”有这五大特征



▲春暖花开,一家人到户外散步赏花,放松心情。记者/何春林 摄

真正的健康长寿者长啥样?他们需要符合哪些健康标准?相关专家通过临床观察,给健康达人画了一张像。

### 特征1 吃得下

人到老年,还能吃得下,就代表身体的营养能得到支持,这些人的免疫力往往较好。

一般来说,很多老人因为咬不动、食欲下降、嘴巴发干等原因,往往吃不下饭,或者每一餐只能吃一点点东西。为了避免出现这些情

况,老年人一定要勤刷牙护齿,及时饮水保证唾液分泌。存在咀嚼困难的老年人可以把食物做得细软些,比如将肉剁成肉糜制作成丸子,把坚果、杂粮等碾碎成粉,将质地较硬的果蔬捣泥、榨汁等。

### 特征2 走得动

腿好,身体才好。有研究显示,腿力好、走得动的人,大脑更灵活,心情更好,生活质量会更高。

因此,老年人平时可以多练练腿力。直腿抬高:仰卧,膝关节伸直,然后抬起一条腿,升高15厘米,

坚持6至10秒钟。如果能耐受,可循序渐进地在踝关节处加沙袋提高阻力。立位提踵:两脚前脚掌站立在平地上,反复做抬脚后跟的动作。也可靠墙练习单腿站立的动作。

### 特征3 看得清

眼睛可接受外部世界90%以上的信息,没有明亮的眼睛,生活质量会大打折扣。

想要健脾养肝,可以坚持按摩

太冲穴,每次按摩5分钟,具有疏肝解郁、清肝明目的作用。此外,还可适当食疗,比如喝点青鱼汤。

### 特征4 听得见

听力减退也是很多人的一大烦恼。我们没有办法防止听力减退,但有方法保护听力和延缓听力损失。

击高骨:两手掌对搓至微热,掌心紧按两耳孔,两手的食指、中指和无名指分别轻轻敲击脑后高骨(后脑骨骨头最突出的地方,即枕骨最高处)60下;提耳尖:双手拇指、食指夹捏双耳尖向上提起、放下,反复做15至20次,感到耳朵发热发红为宜。压耳屏:双手搓掌心20次,掌心发热后,屏住呼吸用双手食指向内按压耳屏,使之闭住耳孔,坚持1分钟左右,如此反复多次。

### 特征5 想得开

是否能健康长寿,心态绝对是一个重要因素。有研究显示,受大脑前额叶功能退化的影响,老人的情绪控制力较差,甚至经常发无名火。有些老人受病痛、退休、亲友离世等刺激,很容易急火攻心,影响身心健康。相反,心胸开阔的老人更易受身边人的欢迎与爱戴,离幸福也更近一些。

想要身心健康,首先应学会情绪管理。控制不良情绪不代表不生闷气,适度发泄是必要的。不过,我们要学会和情绪做朋友,正视它、接纳它。通过参与社会、参加社交活动等,也可改善情绪低落,保持生命有活力。

(摘编自《快乐老年报》)

(摘编自《楚天都市报》)

## 奶奶学钢琴给孙女当陪练

每天,浙江宁波56岁的王曼蓉都会把读幼儿园的小孙女接回家,开启钢琴陪练工作,一天两小时;下午放学,她又成了大孙女的钢琴陪练,每天一小时。王曼蓉退休后开始学习钢琴,起初只是因为自己喜欢,后来随着孙辈们的出生,她就成了陪练。

同王曼蓉一样,在宁波的各所老年大学,都有一群老年人在钢琴班苦练,其中不少成了孙辈们

的陪练。

王曼蓉学钢琴已有9年。大孙女3岁左右时,王曼蓉发现,每当她弹奏《威尼斯船歌》时,娃娃就会在旁边跟着唱。或许是因为从小听奶奶弹琴,王曼蓉的大孙女对钢琴也十分感兴趣,所以从4岁半开始就学起了钢琴,王曼蓉则当起了陪练。

王曼蓉深知,练琴是枯燥的,况且小孩子定性差,很难长时间坐

在钢琴前,但王曼蓉不会放低对孙女的要求。“奶奶这么大了年纪了都能弹,你这么小这么聪明,一定可以弹好的。”遇到困难时,王曼蓉经常拿自己的练习经历鼓励孙女。

“既然已经开始弹了,就要好好弹。”王曼蓉说,“虽然苦了一点,但最开心的还是比赛获奖的时候。”家里的钢琴上,放着王曼蓉孙女们获得过的奖杯。

(摘编自《宁波晚报》)

## 九旬大爷成宠妻名人

每天打洗脚水,熬小米粥,饭菜不重样,经常有惊喜……这大概就是人们心目中爱情最美的样子!黑龙江大庆90岁的薛天顺老爷子,数年如一日,把老伴宠成了“小公主”,用行动诠释了甜美爱情。

薛天顺是小区里的名人,邻居们都夸他性格好、人热情,“关键是对老伴好”。王女士说:“我们

两家是邻居,去年薛大爷的老伴摔伤了,可把薛大爷心疼够呛。按摩、揉腿、买仪器,下楼搀着、走路扶着,一会儿问冷不冷,一会儿又问疼不疼,忙前忙后那个细心劲,让人看了真羡慕。”

薛天顺的老伴雷良梅今年86岁。“过日子,都是琐琐碎碎的小事,哪有不吵架的?我们也是吵吵闹闹一辈子。”老太太感叹,“不

过我知足啊,老伴对我是真好,知冷知热,可用心了。每天给我打洗脚水,让我泡脚,熬小米粥,提路扶着,一会儿问冷不冷,一会儿又问疼不疼,忙前忙后那个细心劲,全怪他。”

薛天顺说:“年轻时,她跟着我遭了不少罪;岁数大了,咱就得学着替她分担。只要她开心,我干啥都行。”(摘编自《大庆晚报》)

## 卖旧书被罚 男子起诉执法部门

福建厦门的杨先生,在孔夫子旧书网和社交平台上出售价值4万元旧书,被当地文化执法部门罚款28万元。日前,厦门市思明区人民法院对此案作出判决:撤销文化执法部门的行政处罚决定,责令其重新作出行政行为。

杨先生是一名律师,喜欢买书看书。2009年5月起,在孔夫子旧书网上开了一家网上书店卖旧书。2021年4月21日,杨先生收到厦门市集美区文化市场综合执法大队的《行政处罚事先告知书》:因未经批准擅自从事出版物发行业务,对其处违法经营额7倍罚款的行政处罚,共计人民币283497.20元。因行政复议失败,杨先生向法院提起诉讼。

法院认为,杨先生销售的旧书中属于合法出版物的,符合零星小额交易活动的情形,无需取得出版物经营许可证;属于违禁出版物的,应按照《出版管理条例》相关规定进行处罚。

杨先生介绍,法院认定的合法出版物是指他通过孔夫子旧书网转让的合法出版物;违禁出版物是指他通过微信转让的部分香港、台湾地区出版社出版的书籍。杨先生表示,他打官司,是希望从法律上将旧书的买卖行为是否属于出版物发行理清楚。

(摘编自《楚天都市报》)

## 茄子身上有一宝 清热止痛有一套

茄子是常见蔬菜,在处理茄子时通常会茄子蒂扔掉。殊不知,茄子蒂也是一味中药,对缓解以下症状有一定效果。

口疮。口疮虽不是大病,可严重者疼痛难忍,吃不下饭,十分痛苦。茄子蒂可凉血解毒,对缓解口疮有一定作用。将茄子蒂烧灰研末,外敷于疮口处,或用茄子蒂煮水漱口均可。

牙痛。常有人饮食过辣或熬夜后会出现牙痛的情况。中医古籍记载,将茄子蒂烧灰涂在牙齿疼痛处,有助止痛。

咳嗽。将新鲜茄子的茄子蒂切下来,放到冰箱冷冻两三个小时,再将其取出放到锅里,加水煮开,5分钟后将茄子蒂丢掉,将水放温饮用即可。需要注意的是,此法对热咳有效,寒咳不建议使用。

需要提醒的是,茄子蒂性偏寒凉,有一定的清热止痛作用,适合体质偏热、易上火的人群服用,体质虚寒的人群不建议服用,而且不建议与其他寒凉性质的食物和药物同时服用。

(据《中国中医药报》)